NursRxiv
DOI：10. 12209/issn2708-3845. 20221101002

中医外用护理技术防治老年功能性便秘研究进展

米文安，李　雁，杜丹颖，张海英
（中国中医科学院西苑医院 风湿免疫科，北京，100091）

摘要：老年功能性便秘严重影响患者的生活质量。本文总结了近年来中医外用护理技术防治老年功能性便秘的研究进展，以期为临床老年功能性便秘的护理工作提供参考，促进中医外用护理技术的发展。

关键词：功能性便秘；老年患者；中医外用；中医护理技术；按摩；耳穴贴压；中药灌肠

Research progress of Traditional Chinese Medicine external nursing technology in prevention and treatment of functional constipation in the elderly

WEN Mian，LI Yan，DU Danying，ZHANG Haiying
（*Department of Rheumatology and Immunology*，*Xiyuan Hospital China Academy of Chinese Medical Sciences*，*Beijing*，100091）

ABSTRACT：Functional constipation has a serious impact on quality of life of elderly patients. This paper summarized the Research progress of external nursing technology of Traditional Chinese Medicine（TCM）in prevention and treatment of functional constipation in the elderly，and provided reference for clinical practice and further development of TCM external nursing technology.
KEY WORDS：functional constipation；Old age；Traditional Chinese Medicine external application；Traditional Chinese Medicine nursing technology；massage；auricular acupoint sticking and pressing；Traditional Chinese Medicine enema Functional constipation；External nursing technique of TCM

老年功能性便秘是因老年患者的肠道传输功能减弱，结肠黏膜对粪便蠕动刺激的反应能力减弱、肛周排便反射减弱而引发[1]，以大便排出困难、便质干硬、排便时间延长为主要临床表现。近年来，老年功能性便秘发病率呈升高趋势，有研究[2-3]显示，国内已有15%～20%的老年人患有该病。老年人长期便秘很有可能伴随肛肠性疾病、心脑血管疾病等一系列并发症，严重者可危及患者的生命安全[4]。西医治疗便秘以泄剂及促动力剂为主[5]，易产生依赖。中医治疗老年功能性便秘历史悠久，包括内服中药、穴位敷贴、按摩、耳穴贴压等护理技术，整体调理机体，并且不良反应少，耐受度高[6]。随着中医事业的发展，中医护理技术在临床应用越来越广泛。本文主要就中医外用护理技术在老年功能性便秘中的应用现在进行综述，以期为临床老年功能性便秘的护理工作提供参考。

1　老年功能性便秘的中医发病机制

中医学将老年功能性便秘分为实证便秘、虚证便秘、虚实夹杂型便秘。实证便秘多由忧思恼怒、饮食油腻、嗜烟酒，加之外感邪气所致；虚证多由年老体弱、久病虚弱、饮食劳倦、寒湿受冷，伤及脾胃所致。老年功能性便秘病因复杂，各种证候相互转化或相兼出现，主要病位在大肠，病机与脾、胃、肺、肾、肝有关[7]。脾虚运化无力，水谷精微不得传输，糟粕无力运行于大肠；肺虚则宣降失常，肺与大肠相表里，大肠因而气机不利运行受阻；忧思恼怒，肝郁气滞，疏泄失常，致脾胃运化功能失常；肾开窍于二阴，肾精亏虚，大肠濡润失司，

通信作者：李雁，E-mail：sunboming1112@qq. com

致使大便干结。《医贯•泻利并大便不通》记载:“大便之能开复能闭者,肾操权也”。由此可见,大肠功能失调是病之标,而五脏功能失调才是病之本。

2　中医外用护理在老年功能性便秘患者中的研究进展

目前,中医外用护理技术治疗老年功能性便秘多为单项或联合应用,包括耳穴贴压、穴位贴敷、艾灸、穴位按摩与穴位贴敷及耳穴贴压与穴位按摩联合应用等[8-10]。

2.1　耳穴贴压

耳通过经络与脏腑相连,因此刺激耳穴能达到防治便秘的效果。陈瀛[11]对166例老年功能性便秘患者进行的耳穴贴压的护理效果分析研究表明,耳穴压豆治疗有效率为93.0%,明显优于口服酚酞片组,说明耳穴贴压治疗的临床效果显著,适合在临床上推广应用。丁为群等[12]对60例老年脑梗塞后遗症长期卧床功能性便秘的患者进行研究表明,配合耳穴治疗患者的有效率高于常规治疗有效率,说明耳穴贴压配合治疗能够有效改善便秘症状。以上研究均选取大肠、便秘点穴进行治疗,说明通过刺激大肠、便秘点穴能够刺激肠道蠕动,达到通调肠腑而使大便通畅的作用。有学者认为刺激交感穴对植物神经功能与大脑皮质具有一定的调节作用,有利于增强排便兴奋性;三焦穴可促进运化,对便秘症状可起到较大的改善作用[13]。因此,临床中可以基于辨证,同时刺激多个穴位,加强疏通经络、通畅脏腑气机作用,达到防治便秘的效果。

2.2　穴位贴敷

高冬梅[14]研究对150例老年患者进行随机双盲双模拟临床对照试验,研究结果显示通便贴神阙穴贴敷治疗老年功能性便秘疗效好且安全性高。神阙穴在脐部,为经络之总枢,经气之汇海,且脐与百脉相通,沟通五脏六腑,能调理脏腑气机。有研究[15]显示,穴位贴敷可供选用的穴位除神阙穴外还有双侧大肠腧。大肠腧穴其功效为理气降逆、调和胃肠,刺激该穴可增加胃肠蠕动,促进排便。穴位贴敷药物可直接经穴位吸收,避免对老年患者胃肠道刺激及肝脏的损害,但首次应用患者应观察局部皮肤情况,避免过敏现象发生。穴位贴敷护理技术副作用少,操作方便,值得在临床上推广。

2.3　中药灌肠

中药灌肠历史悠久、药物利用度高,且用药安全。灌肠法在便秘的应用中最早可追溯至《伤寒论》,另外在《外台秘要》中也记载了药物灌肠的方法“大便不通方,用猪胆汁和少蜜,于铛中熬令熟稠,丸如枣大,纳下部中,即瘥”。老年功能性便秘患者由于机体功能衰退,长期伴有消化不良、腹胀、纳差等情况,口服给药老年患者耐受力低,致使便秘长期持续无法得到有效改善[16]。周海娟等[17]的研究中对56例老年功能性便秘患者予以灌肠干预,取得显著效果。经直肠给药,药液可以直接与大肠病灶接触,有效发挥药物的治疗作用。此外,药物通过渗透和吸收,使腹气通调,气机通畅则消化不良、腹胀等症状也可以得到改善,进而起到调节全身脏腑气机功能的作用。此护理技术优点在于简单易于操作,费用低廉,见效迅速,不失为中医外用护理的高效手段。

2.4　中医外用护理技术的联合应用

2.4.1穴位按摩与穴位贴敷联合应用:穴位按摩与穴位贴敷联合应用可提高药物的利用率,增强疗效。蔡俊萍等[18]对167位老年功能性便秘患者进行穴位贴敷与穴位按压的临床观察,结果显示,两种外治法联合应用有利于改善患者的便秘情况。刘志英等[19]采用穴位贴敷联合穴位按摩对30例老年功能性便秘患者进行治疗,结果显示,患者排便困难程度明显降低,可有效治疗老年功能性便秘。穴位贴敷联合穴位按摩,实现了穴位刺激与药物的双重作用,穴位按摩使局部皮温升高,增加药物的通透性,同时增强对穴位的刺激,利于提高老年功能性便秘的疗效,且方法简便、易行,值得临床推广。

2.4.2穴位按摩与耳穴贴压联合应用:穴位按摩与耳穴贴压通过对机体穴位刺激达到疏通经络、调节脏腑之功能,从而减轻便秘症状。戴红等[8]对2000～2016年中医外用护理技术在老年便秘患者中的应用进行荟萃分析得出:中医护理技术联合使用效果优于单项使用。徐欢[20]对40例老年功能性便秘患者分别实施腹部按摩、耳穴贴压和腹部按摩联合应用,结果显示,联合应用总有效率明显优于单项应用。腹部穴位按摩可以直接作用于胃肠道,加快胃肠道蠕动,加速排泄,加之穴位贴压通过刺激耳穴反应点,起到疏通经络、调节脏腑及植物神经等整体调理机体功能。局部与整体相结合能更好地提高老年功能性便秘患者疗

效。陆业勤[21]对70例老年功能性便秘患者进行了耳穴贴压和穴位按摩联合应用的研究,结果显示,总有效率为88.57%,疗效明显。穴位按摩与耳穴贴压联合应用可以更好地达到治疗效果,且不良反应小,患者易于接受,值得临床推广应用。

3 小结

老年功能性便秘在临床上比较常见,治疗多以药物干预为主,易产生药物依赖性。随着中医事业的发展,中医外用护理技术在老年功能性便秘患者的应用越来越广泛,其具有整体调节、操作简单、不良反应少、经济实惠等特点,易于被老年患者接受。随着国家卫生部门对中医护理技术的日趋重视,近年来有关中医护理技术方面的研究越来越多,但机制方面研究较少,未来研究人员可从作用机制方面展开探索,为中医护理技术临床应用提供理论依据。临床工作中,老年功能性便秘应采取综合护理方式,将现有的护理模式与中医外用护理技术相结合,更好地提高治疗效果及患者的生活质量。

参考文献

[1] 吴在德, 陈灏珠, 陆再英, 等. 内科学[M]. 8版, 北京: 人民卫生出版社, 2013.

[2] 李晔, 王宝, 于普林, 等. 老年人功能性便秘中西医结合诊疗专家共识(2019)[J]. 中华老年医学杂志, 2019(12): 1322-1328.

[3] 匡荣光, 王建文, 张健娜, 等. 老年功能性便秘患者肛管直肠压力的性别差异与心理影响因素研究[J]. 重庆医学, 2015, 44(4): 472-474.

[4] 兰小和, 黄雅静, 邝卫红, 等. 许鑫梅治疗老年便秘经验介绍[J]. 新中医, 2019, 51(10): 331-333.

[5] 陈虹春, 王俊英. 老年功能性便秘病人的综合干预[J]. 护理研究, 2014, 28(27): 3361-3362.

[6] 金卫红. 老年性便秘患者中医护理研究进展[J]. 齐鲁护理杂志, 2015, 21(23): 51-53.

[7] 李瑞丹, 张曼. 中医护理在老年慢性功能性便秘中的应用[J]. 中西医结合研究, 2020, 12(3): 214-216.

[8] 戴红, 马小琴, 傅根莲. 中医护理技术在老年便秘患者中的应用现状及热点分析[J]. 中华现代护理杂志, 2018(9): 1046-1051.

[9] 史亚琼, 王林, 武娅奎, 等. 耳穴压籽联合艾灸敷脐疗法改善老年患者功能性便秘的护理效果观察[J]. 当代护士(下旬刊), 2017(11): 86-89.

[10] WANG L, YANG Y N. Nursing experience of auricular plaster therapy combined with moxibustion in elderly patients with functional constipation [J]. NursIntegrTradit Chin West Med, 2016, 2(5): 53-55.

[11] 陈瀛. 耳穴压豆对老年功能性便秘的护理效果分析[J]. 现代养生, 2016,16(4): 161.

[12] 丁为群, 邱丽君. 耳穴贴应用对老年脑梗塞后遗症长期卧床功能性便秘的影响[J]. 内蒙古中医药, 2018, 37(5): 92-93.

[13] 吴圆荣, 赵若华, 俞婷婷, 等. 耳穴按压治疗慢性功能性便秘随机对照试验的*Meta*分析[J]. 解放军护理杂志, 2016, 33(9): 1-6.

[14] 高冬梅, 向海, 苏钊, 等. 通便贴神阙穴贴敷治疗老年功能性便秘的随机双盲对照研究[J]. 实用老年医学, 2019, 33(4): 394-396.

[15] 陶丽珍, 杨咏梅. 中药穴位贴敷治疗老年功能性便秘的临床研究进展[J]. 国际老年医学杂志, 2014(5): 238-240.

[16] 梁禄灵. 调肠汤治疗气阴两虚型老年功能性便秘的临床观察[D]. 武汉: 湖北中医药大学, 2020.

[17] 周海娟, 陈刚, 黄健. 益气滋阴中药加灌肠治疗气阴两虚型功能性便秘的短期疗效观察[J]. 世界中医药, 2016, 11(8): 1480-1483.

[18] 蔡俊萍, 季晓鹏, 张雅丽. 消胀散敷脐配合择时穴位按压对老年功能性便秘的效果观察[J]. 护理研究, 2013, 27(30): 3370-3372.

[19] 刘志英, 李小燕, 孙萍, 等. 穴位按摩联合穴位贴敷治疗老年功能性便秘的临床研究[J]. 实用临床护理学电子杂志, 2017, 2(52): 17.

[20] 徐欢. 腹部穴位按摩联合耳穴贴压治疗老年功能性便秘40例[J]. 中国中医药科技, 2020, 27(6): 996-998.

[21] 陆业勤. 穴位按摩联合耳穴贴压治疗老年人功能性便秘疗效观察[J]. 上海医药, 2018, 39(12): 30-32.